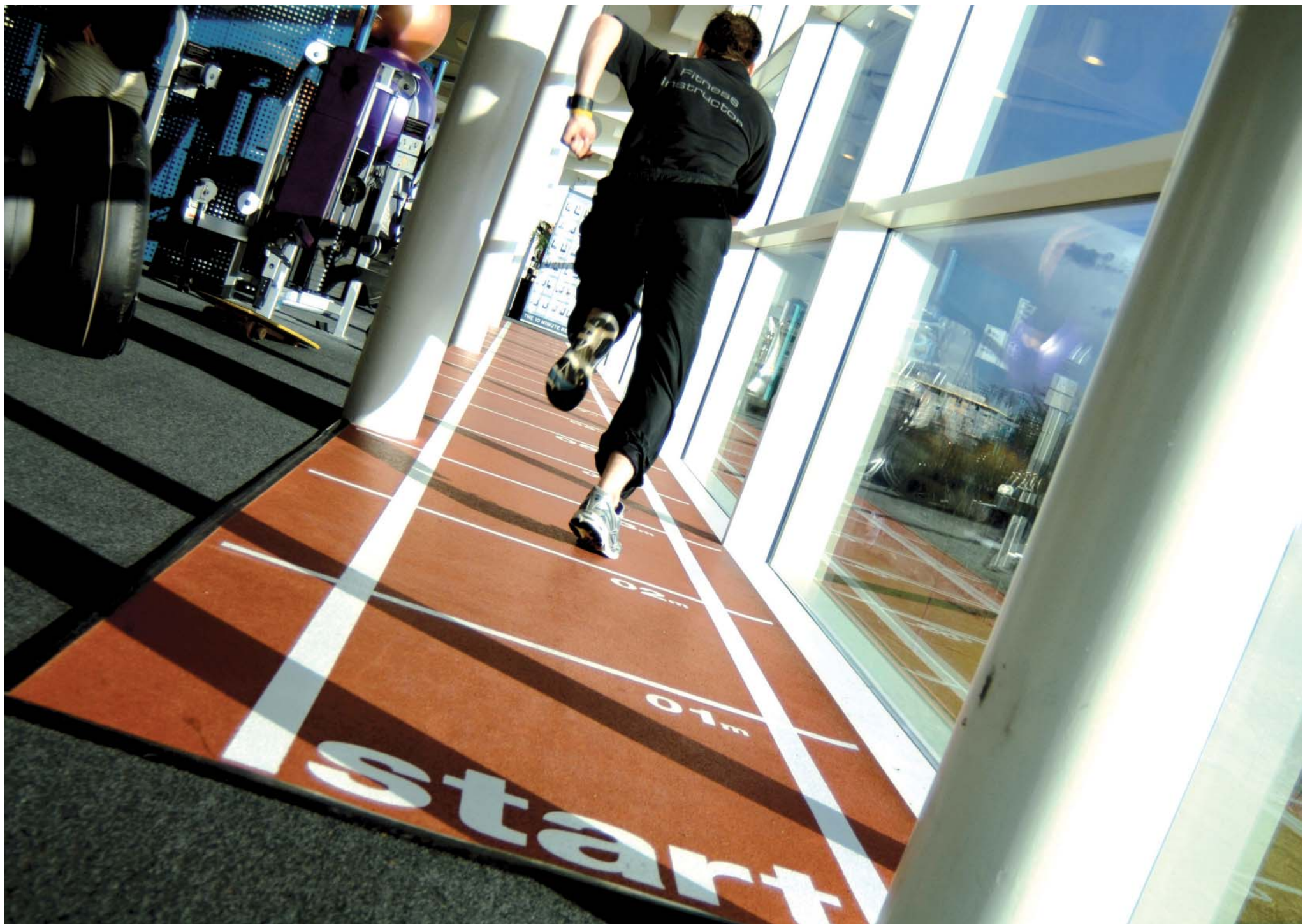




Planetfitness
studio - équipement - vêtements - training

Les solutions pour tous les entraînements !



LA DIFFÉRENCE PLANET FITNESS : POUVOIR ASSOCIER DES ÉQUIPEMENTS INNOVANTS ET MONDIALEMENT RECONNUS À DES FORMATIONS ADAPTÉES ET EXCLUSIVES. ET POUR LA PREMIÈRE FOIS, LE LIEU QUI VA AVEC LE "PLANET FITNESS STUDIO".

**IL N'Y A PAS DE BONS ARTISANS SANS BONS OUTILS.
IL N'Y A PAS DE BONS CLUBS,
NI DE BONS COACHS,
SANS BONS ÉQUIPEMENTS, NI BONNES FORMATIONS !**



NOTRE VISION :

Depuis 1996, date de sa création, Planet Fitness occupe une place de leader sur le marché professionnel du fitness et du personal training. Planet Fitness a toujours été le premier à faire découvrir les dernières nouveautés et innovations du fitness mondial.

Nous vous proposons plusieurs produits en exclusivité :

TRX™, TOTALGYM™, ViPR™, REEBOK™, etc...

qui vous permettront de créer des nouveaux types d'entraînements pour vos clients en Personal Training, Team Training et cours collectifs.

NOTRE MISSION :

Aider les clubs et les coachs à acquérir au meilleur prix les équipements les plus "avant-gardistes", les plus utiles et les plus robustes et se former dans des conditions idéales.

Notre but, augmenter la satisfaction des clients et athlètes qui s'entraînent avec nos produits et se forment à nos méthodes.

SOMMAIRE

	TRX™	04
	ViPR™	12
	TOTAL GYM™	18
	STUDIO PLANET FITNESS™ REEBOK™ - JORDAN FITNESS™ - ESCAPE FITNESS™	24
	PAVIGYM™	48
	VÊTEMENTS	49
	KIT DE BODYPUMP™	50
	BODY BIKE™ ET AQUABIKE™	58
	SYSTÈME AUDIO	64

The TRX logo, consisting of the letters "TRX" in white on a black rectangular background.

**MAKE YOUR
BODY YOUR
MACHINE.**

FAIS DE TON CORPS TA MACHINE

Inventé par les Marines américains, le TRX Suspension Trainer et le TRX Rip Trainer sont des accessoires d'entraînement portables qui permettent de s'entraîner n'importe où et n'importe quand, dans n'importe quel milieu (indoor, outdoor urbain ou pleine nature).

TRX apporte tous les bénéfices d'un entraînement par poids de corps : résistance, équilibre, explosivité, engagement profond abdo-lombaire.

TRX est adopté par de nombreuses équipes sportives professionnelles en football, volleyball, basketball et bien d'autres.

Idéal pour la préparation physique, le personal training et le team training.

WWW

Plus d'informations :
www.TRXtraining.fr



TRX Training Zone

05





■ TRX TRAINER PRO II

Le kit inclut :

- Double sangles TRX™ jaunes avec poignées
- Sangle attache-tout
- Mode d'emploi et DVD d'exercices
- Sac de transport

ref. TRXTSPABX2



■ TRX FORCE KIT II

Le kit inclut :

- Double sangles TRX™ kaki avec poignées
- TRX Door Anchor
- TRX Extender
- 1 sac à dos en nylon avec pochette
- 2 DVDs pédagogiques
- Guide complet avec un programme d'entraînement sur 12 semaines)

ref. TRXFK2



■ TRX RIP TRAINER

Le seul accessoire d'entraînement fonctionnel portable en 3D :

- Bâton d'entraînement RIP TRAINER
- Cordon élastique de résistance moyenne
- Attache porte d'ancrage et mousqueton
- Sac de transport
- DVD consignes de base et entraînement temps réel
- Guide d'entraînement avec exercices basiques

ref. TRXRIP - PACK



■ PACK DE 6 TRX TRAINER PRO II

Le pack contient :

- 6 TRX TRAINER PRO II (ref. TRXTSPABX2)
- 1 guide d'entraînement
- 1 DVD

ref. TRXP2



■ TRX X-MOUNT

Attache mur/plafond en acier double boucle

ref. TRXMOUNT



■ TRX EXTENDER

Sangle d'extension en nylon qui vous permet de vous accrocher n'importe où !

ref. TRXEXT



■ TRX DOOR ANCHOR

Accroche porte en tissu avec coussinet bloqueur qui vous permet de vous accrocher sur n'importe quelle porte sans l'abîmer.

ref. TRXDA



■ DALLE 100X100CM TRX

ref. ESMATFT



■ CORDON ELASTIQUE RIP TRAINER

Cordon élastique optionnel pour RIP TRAINER

TRXRIP-LTCORD - résistance faible

TRXRIP-MDCORD - résistance moyenne

TRXRIP-HVCORD - résistance forte

TRXRIP-EHVCORD - résistance très forte

TRXRIP-XXHVCORD - résistance extra forte



■ BANNIÈRE TRX TRAINING ZONE

Bannière murale TRX TRAINING ZONE

Dimensions : 104x38cm

ref. TRXTTZWB



■ TRX MULTIMOUNT

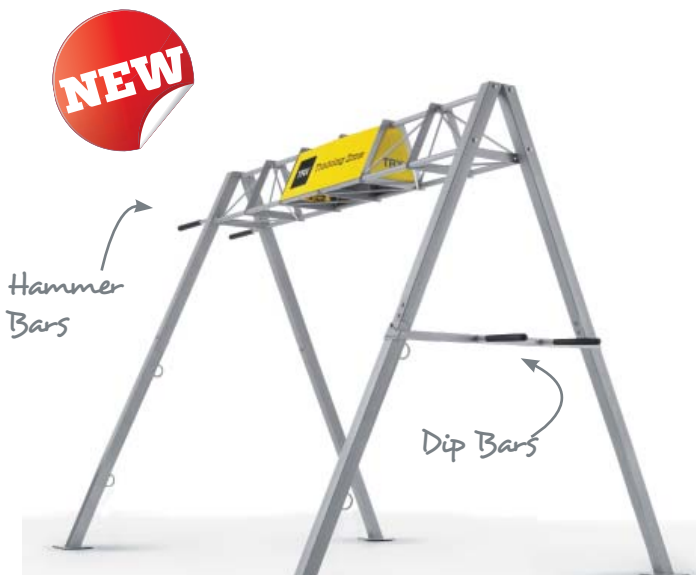
La solution d'ancrage mural idéale pour optimiser votre espace.

Inclus : Monkey Bars et bannière murale "TRX TRAINING ZONE".

TRXMOUNT7 - 3/4 personnes - longueur : 215 cm

TRXMOUNT14 - 5/6 personnes - longueur : 426 cm

TRXMOUNT21 - 7/8 personnes - longueur : 610 cm



■ PORTIQUE TRX TRAINING ZONE STANDARD

MARQUE : TRX

Portique d'entraînement en acier renforcé.

Inclus :

- Dip Bars
- Hammer Bars
- 4 anneaux "D-rings" (anneaux sur les pieds permettant d'y accrocher divers accessoires comme les RIP Trainer, des cordes ondulatoires etc...).

En option : panneau TRX (jaune)

Hauteur : 2,52 m / Largeur 2,44 m

TRXP10TTZS - longueur : 305 cm - 6 personnes

TRXP20TTZS - longueur : 610 cm - 12 personnes

TRXP30TTZS - longueur : 914 cm - 18 personnes



■ PORTIQUE TRX TRAINING ZONE ELEVATED

MARQUE : TRX

Portique d'entraînement en acier renforcé.

Inclus :

- Dip Bars
- Hammer Bars
- Monkey Bars (le long de la poutre)
- 16 anneaux "D-rings" (anneaux sur les pieds permettant d'y accrocher divers accessoires comme les RIP Trainer, des cordes ondulatoires etc...).

En option : panneau TRX (jaune)

Hauteur : 2,71 m / Largeur 2,62 m

TRXP10TTZE - longueur : 305 cm - 6 personnes

TRXP20TTZE - longueur : 610 cm - 12 personnes

TRXP30TTZE - longueur : 914 cm - 18 personnes



■ ACCESSOIRES HAMMER BARS

MARQUE : TRX

ref. **TRXHB** - Hammer Bars adaptable sur tous les portiques TRX

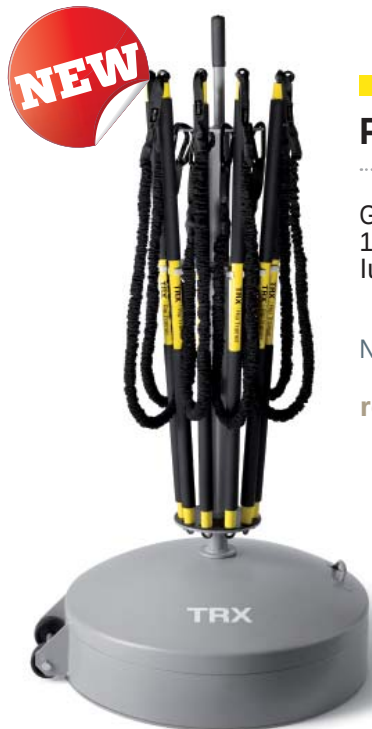


■ ACCESSOIRES DIP BARS

MARQUE : TRX

TRXDBS - Pour portique STANDARD (et ancien portique)

TRXDBE - Pour portique ELEVATED



■ STATION D'ENTRAÎNEMENT POUR 10 TRX RIP TRAINER

Grâce à cette station d'entraînement, utilisez jusqu'à 10 RIP Trainer simultanément pour un enseignement ludique en étoile !

Non fourni : 4 disques de 20 Kg (lestage de la base)

ref. TRXRIP-GRPSTAND



■ STATION DE RANGEMENT DE 5 TRX RIP TRAINER

Petit stand de rangement constitué de tubes métalliques verticaux pour ranger jusqu'à 5 RIP Trainers

ref. TRXRIP-TRAINSTAND



FORMEZ VOUS !

PLANET FITNESS TRAINING

The TRX logo is displayed in black text on a yellow square background.

FORMATIONS PLANET FITNESS TRAINING

Stéphanie Ruiz
+33(0)4 42 91 54 14
stephanie@planet-fitness.fr

Plus d'infos :
www.fitness.fr/fitnesstraining



TRX SUSPENSION TRAINING COURSE (STC)

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, kinésithérapeutes, éducateurs sportifs ou médicosocial.

Objectifs :

- Entraînez-vous avec vos athlètes quel que soit le lieu, sans forcément avoir accès à une salle de sport.
- Réaliser des centaines d'exercices de force et d'endurance simplement grâce à la résistance du poids de son corps. La force rencontre le gainage et la proprioception... tout en un !
- Proposer un outil original en personal training, en préparation physique ou en rééducation.

Les plus :

- S'adapte à tous les sports individuels et collectifs.
- Equipement portable, ne pèse que 750 grammes.
- parfait pour des bootcamps et des entraînements en extérieur.
- Compris dans la formation : Manuel instructeur, T-Shirt TRX instructeur.

ref. TRX_STC



TRX GROUP SUSPENSION TRAINING COURSE (GSTC)

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, kinésithérapeutes, éducateurs sportifs ou médicosocial.

Objectifs :

- Entraînez-vous avec vos clients en petit groupe.
- Tous les bénéfices de l'entraînement en suspension, avec la motivation d'un format de groupe !
- Support de travail instructeur clef en main.
- Entraînement en musique.

Les plus :

- Apporter plus de motivation grâce à la relation musique et mouvement sur TRX.
- Equipement portable, ne pèse que 750 grammes .
- Compris dans la formation : Manuel instructeur. DVD avec deux masterclass : 1 Circuit training + 1 Bodyblast (support correspond au manuel), T-Shirt TRX instructeur.

ref. TRX_GSTC



TRX RIP TRAINING COURSE (RTC)

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, kinésithérapeutes, éducateurs sportifs ou médicosocial.

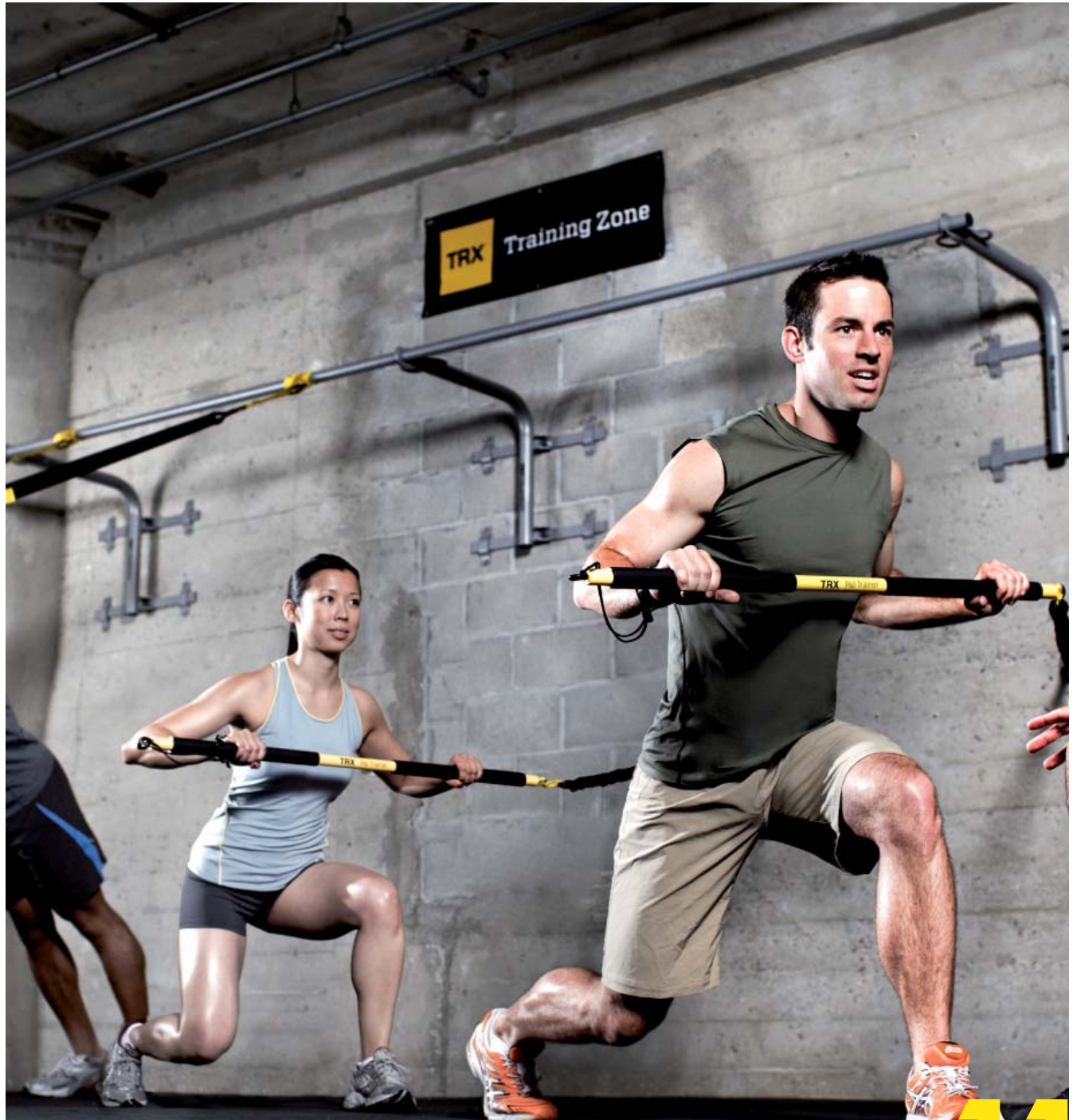
Objectifs :

- Les fondamentaux du rip trainer et plus encore.
- Découvrez la science et les bénéfices du RIP Trainer avec des mouvements fondamentaux qui peuvent être évolutifs ou dégressifs pour des clients de tous les niveaux.
- Apprenez à utiliser le RIP Trainer, pour proposer à vos clients, une séance qui intègre le corps dans son ensemble.
- Mariage de l'endurance et de la force du centre du corps.

Les plus :

- Installez correctement le RIP TRAINER dans différents environnements pour une séance dynamique qui sollicite tout le corps.
- Instruire les techniques aux autres de manière efficace et sécurisante.
- Expliquer la science et les bénéfices derrière le RIP TRAINING.
- Préparation physique pour sportifs.

ref. TRX_RTC



12





COMBLER LE FOSSÉ ENTRE LA FORCE ET LE MOUVEMENT

Créé pour la préparation physique des joueurs de hockey sur glace au Canada, VIPR permet un renforcement musculaire profond allié au mouvement, pour un corps plus dynamique, plus résistant, plus stable donc plus performant dans les déplacements.

Adopté par de nombreuses équipes sportives professionnelles et pour la préparation physique des athlètes individuels, le VIPR remporte un franc succès auprès du grand public par son ressenti de toute la chaîne musculaire postérieure : dos, lombaires, fessiers, ischio-jambiers.

Idéal pour le Personal Training, la prépa physique et même le Team training.



Plus d'informations :
www.viprtraining.fr



■ ViPR

Bûche d'entraînement ViPR.

Couleur : selon le poids

Porter, lever, incliner, renverser, glisser, rouler, enjamber, lancer, le ViPR offre une palette infinie d'exercices pour brûler des calories et renforcer l'ensemble du corps particulièrement les fessiers et la sangle abdo-lombaire.

Efficace et complet, il allie entraînement cardio-vasculaire, renforcement musculaire et travail de coordination.

Pratique, il permet de s'entraîner en intérieur comme en extérieur, avec des exercices faciles et ludiques, adaptés à tous les âges et capacités sportives.

Le ViPR s'exerce aussi bien en personal training qu'en team training, pour les débutants comme les athlètes !

- **VIPR4** - 4kg
- **VIPR6** - 6kg
- **VIPR8** - 8kg
- **VIPR10** - 10kg
- **VIPR12** - 12kg
- **VIPR16** - 16kg
- **VIPR20** - 20kg



■ MEUBLE DE RANGEMENT ViPR

Possibilité de rangement de 14 ViPR.

ref. VIPRRACK



■ PACK TEAM TRAINING

Le pack contient :
4x4kg et 3x6kg

ref. VIPRSET7



FORMEZ VOUS !

PLANET FITNESS TRAINING



FORMATIONS PLANET FITNESS TRAINING

Stéphanie Ruiz
+33(0)4 42 91 54 14
stephanie@planet-fitness.fr

Plus d'infos :
www.fitness.fr/fitnesstraining



ViPR

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coaches ou entraîneurs sportifs, kinésithérapeutes, éducateurs sportifs.

Objectifs :

- Créer le lien entre le mouvement et la force.
- Découvrir une grille d'exercices qui vous permet d'inventer des milliers des mouvements qui correspondent à la vraie vie de vos clients.

Les plus :

- 3 entraînements en 1 : un entraînement énergisant, un pour la performance, et un pour la mobilisation et les articulations.
- Parfait pour le personal training en "one to one" et en "petit groupe" cet outil résiste à tout – intérieur comme extérieur, il vous fera travailler de la tête aux pieds.
- Compris dans la formation : Manuel instructeur, contenant trois circuits d'exercices de base + séances à thème clés en main + 6 semaines de contenu en team training.

ref. ViPR





18





total gym

LE RENFORCEMENT EN DOUCEUR SANS IMPACT.

TOTAL GYM utilise le poids du corps sur un plateau coulissant à inclinaison ajustable, pour renforcer l'ensemble du corps grâce à 2 câbles, et ce, sans aucun impact.

Aucun ressort ni résistance à ajuster : le plateau de travail s'incline selon les besoins et le niveau de résistance désiré, pour déplacer son propre poids, en douceur, avec un engagement des muscles profonds de la taille.

5 millions d'américains et 14000 kinésithérapeutes l'ont adopté aux Etats-Unis, et selon Chuck NORRIS, qui en a fait la promotion :

" S'il y a une seule machine à choisir pour s'entraîner, c'est TOTAL GYM "

TOTAL GYM, le compromis idéal entre la Rééducation, le Pilates, le Personal training ou le Team training.



Plus d'informations :
www.gravitytraining.fr



■ POWER TOWER™

- Le haut de gamme de TOTAL GYM™
- Réglage électrique de l'inclinaison du chariot coulissant
 - Plateau réglable
 - 26 niveaux d'inclinaison jusqu'à 35° (72% poids du corps)
 - Poids : 99kg
 - Déplié : L100 x P270 x H180
 - Replié : L100 x P50 x H180

ref. GVPT



■ GTS™

- Réglage manuel de l'inclinaison du chariot coulissant.
- 22 niveaux de résistance jusqu'à 30° (62% poids du corps)
- Plateau réglable
- Poids : 82kg
- Déplié : L100 x P250 x H150
- Replié : L100 x P50 x H150

ref. GVGTS



■ SPORT™

- Pour un usage personnel ou en libre utilisation (Hôtel, SPA, Plateau Musculation)
- Réglage manuel
 - 20 niveaux de résistance jusqu'à 27° (57% poids de corps)
 - Poids : 75kg
 - Déplié : L60 x P250 x H140
 - Replié : L60 x P40 x H140

ref. GVSPORT

Utile pour faire office de banc de Pilates !



Appareil replié !



■ BARRE D'APPUI

Pour travailler avec différents appuis de pied en Pilates

ref. GVBARTEL



■ BARRE DE TRACTION

Pour renforcer les dorsaux avec 3 prises de mains différentes

ref. GVBARTRAC



■ PLATE FORME DEBOUT

Pour travailler debout en pilates

ref. GVPLATFORM



■ POULIES JAMBES

Pour travailler le renforcement des membres inférieurs sur tous les angles

ref. GVSYSPOUL



■ BARRE PRESSE

Barre de poussée permettant un travail de pompes et de développés-épaule, tête en bas sur le charriot.

ref. GVBARPRESS



■ SANGLES EXTENSION

Pour l'extension des accessoires pour des exercices éloignés

ref. GVSANGLE



■ BANC POUR BICEPS

Pour travailler les flexions de bras, couché ou à genoux sur le chariot

ref. GVBANC



■ PACK PILATES GRAVITY™

comprend :

- 1 barre d'appui
- 1 plate-forme debout
- 1 système de poulies pour jambes

ref. GVPILATES

FORMEZ VOUS !



PLANET FITNESS TRAINING



FORMATIONS PLANET FITNESS TRAINING

Stéphanie Ruiz
+33(0)4 42 91 54 14
stephanie@planet-fitness.fr

Plus d'infos :
www.fitness.fr/fitnesstraining

GRAVITY™ GROUP & PERSONAL TRAINING

Durée : 2 jours.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, kinésithérapeutes, éducateurs sportifs.

Objectifs :

- Comprendre les principes d'entraînement sur la machine TOTAL GYM.
- Comment adapter les exercices pour tout type de clientèle et tout type d'objectif ?
- Maîtriser les techniques d'enseignement en personal training et en petit groupe.

Les plus :

- Parfait pour le personal training en "one to one" et en "petit groupe".
- Sensations garanties, un renforcement complet et équilibré pour les clients qui ne veulent pas "faire de la muscu".
- Entraînement sans impact.
- Compris dans la formation : Manuel instructeur avec les bases anatomiques détaillées pour tous les exercices.

ref. GRAVITY_PT

GRAVITY™ PILATES

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, kinésithérapeutes, éducateurs sportifs.

Objectifs :

- Apprendre à utiliser les techniques du pilates sur la machine TOTAL GYM.
- Fournir un entraînement pour ceux qui recherchent la perfection dans leur entraînement.
- Maîtriser les techniques d'enseignement spécifiques.

Les plus :

- Parfait pour un enseignement pilates sur un nouveau type d'équipement.
- Sensations garanties, un renforcement complet et équilibré pour les clients qui souhaitent une alternative aux entraînements classiques.
- Compris dans la formation : Manuel instructeur avec les bases anatomiques détaillées pour tous les exercices.

ref. GRAVITY_PILATES



24





Functional training zone

UN MAXIMUM DE SENSATIONS ET DE RÉSULTATS EN UN MINIMUM DE TEMPS

L'entraînement fonctionnel connaît une nouvelle ère. Il vit un retour aux sources à travers la préparation physique, le personal training et le team training, même les cours collectifs innovent. Cet entraînement moderne propose de nouvelles offres, plus originales, avec des accessoires de qualité, plus simples d'utilisation.

Le succès d'un studio de coaching, intégré dans un club ou indépendant, passe par son attractivité en terme d'accessoires et d'équipements, son positionnement marketing et ses techniques de vente.

PLANET FITNESS STUDIO est une solution complète clé en main en termes de design, décor, fonctionnement et management pour créer "un club dans le club" ou un nouveau business opérationnel et performant.



■ BALLON BODYVIVE™

MARQUE : LES MILLS

- Ultra résistant
- Surface anti-dérapante
- Diamètre : 23 cm

ref. MBV01



■ TUBBING LES MILLS

MARQUE : LES MILLS

- **MCX01** - Niveau de force faible 9 mm - Gris
- **MBV02** - Niveau de force moyen 12 mm - Violet
- **MCX02** - Niveau de force moyen 12 mm - Orange
- **MBV03** - Niveau de force fort 13,5 mm - Noir



■ EASYTONE STEP

MARQUE : REEBOK

Élaboré pour faire un entraînement complet et tonifier les muscles, améliorer l'équilibre et la coordination grâce à un travail d'instabilité qui nécessite une adaptation permanente.

ref. RE20185BL



■ BODYSTEP PRO

MARQUE : BODYSTEP

- Hauteurs variables : 14 et 18 cm
- Longueur : 90 cm
- Largeur : 40 cm
- Poids max : 110 kg

ref. MS01



■ STEP PRO

MARQUE : REEBOK

- Hauteurs variables : 15, 20 et 26 cm
- Longueur : 90 cm
- Largeur : 35 cm

- RE21150 - Bleu
- RE21150P - Rose - édition limitée !



■ STEP DECK

MARQUE : REEBOK

Peut être utilisé en cours collectif de Step, en banc incliné ou allongé. L'outil idéal du Personal Trainer.

- Hauteurs variables : 20 à 35 cm
- Longueur : 110 cm
- Largeur : 33 cm

ref. RE21170

SPÉCIAL ENTRAÎNEMENT FONCTIONNEL



■ POWERBAG JORDAN FITNESS

MARQUE : JORDAN FITNESS

Sac d'entraînement pour exercices fonctionnels et renfort musculaire, idéal pour le personal training, les bootcamps outdoor et la préparation physique.

Avantages : maniement d'un poids sans aucun risque de se faire mal, poignées sur le dessus et les côtés. Livré rempli de sable

- **JLPB-05** - 5kg
- **JLPB-7.5** - 7,5kg
- **JLPB-10** - 10kg
- **JLPB-15** - 15kg
- **JLPB-20** - 20kg



■ NRGBAGS

MARQUE : NRGBAG

Sac d'entraînement pour exercices fonctionnels et renfort musculaire, idéal pour le personal training, les bootcamps outdoor et la préparation physique.

Avantages : 4 poignées (dont 2 aux extrémités)

- **NRG06** - 6kg
- **NRG08** - 8kg
- **NRG10** - 10kg



■ HALTERES EN VINYL

MARQUE : REEBOK

Les Haltères Vinyl ont été conçues pour assurer la sécurité de vos entraînements. La forme des poignées permet d'éviter le roulement des haltères et le revêtement en vinyl permet un nettoyage simple et rapide. Avec des poignées plus petites, les Haltères Vinyl sont idéales pour les petites mains.

Avantages : Code couleur pour permettre d'identifier les poids facilement, petites poignées pour s'adapter aux petites mains.

- **RE21051V** - 1x 1kg - vendu à l'unité
- **RE21052V** - 1x 2kg - vendu à l'unité
- **RE21053V** - 1x 3kg - vendu à l'unité
- **RE21054V** - 1x 4kg - vendu à l'unité
- **RE21055V** - 1x 5kg - vendu à l'unité



■ HALTERES EN CAOUTCHOUC

MARQUE : REEBOK

Design empêchant le roulement des haltères, 100% caoutchouc.

Avantage : code couleur pour permettre d'identifier les poids facilement.

- **RE21051** - 1x 1kg - vendu à l'unité
- **RE21052** - 1x 2kg - vendu à l'unité
- **RE21053** - 1x 3kg - vendu à l'unité
- **RE21054** - 1x 4kg - vendu à l'unité
- **RE21055** - 1x 5kg - vendu à l'unité



■ KETTLEBELLS

MARQUE : JORDAN FITNESS

Le Kettlebell est utilisé par l'armée Russe depuis des siècles.

Il permet de faire travailler un grand nombre de muscles car vous pouvez le balancer d'avant en arrière et dans n'importe quel sens.

Avantages : Design unique et uniforme, poignée chromée, revêtement en caoutchouc lisse qui protège le Kettlebell et le sol.

- **JTKBC-4** - 4kg
- **JTKBC-8** - 8kg
- **JTKBC-12** - 12kg
- **JTKBC-16** - 16kg
- **JTKBC-20** - 20kg



■ KETTLEBELLS

MARQUE : REEBOK

Revêtement en vinyl renforcé, pour protéger vos sols.

- **RE21300** - 4kg
- **RE21301** - 8kg
- **RE21302** - 12kg
- **RE21303** - 16kg
- **RE21304** - 20kg



■ ENSEMBLE REEBOK

MARQUE : REEBOK

Le plus compact des ensembles haltères et meuble de chez REEBOK.

Haltères avec design anti-roulement et rotation du poids plus grande pour une identification aisée

Inclus : rack de rangement + 10 paires d'haltères bleues REEBOK de 1 à 10 Kg.

ref. RE21060

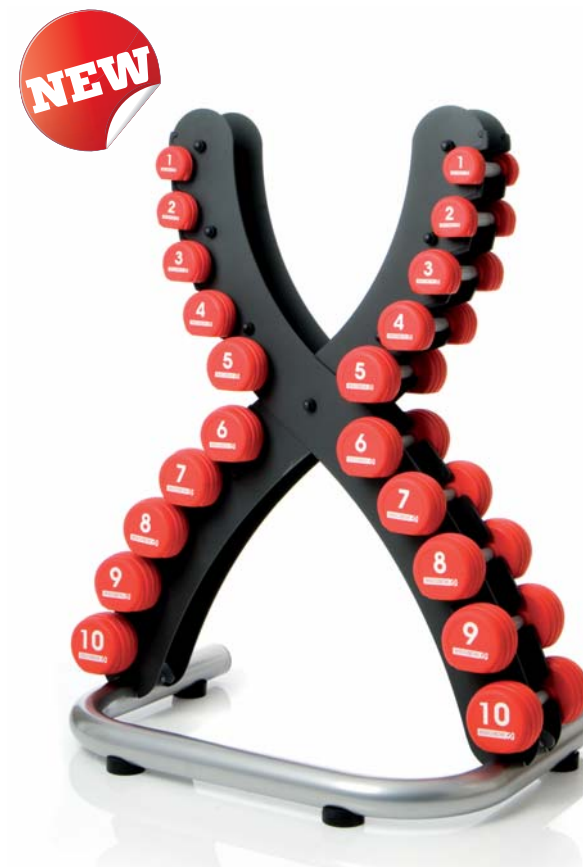


■ RACK DE RANGEMENT REEBOK

MARQUE : REEBOK

Peut accueillir jusqu'à 18 paires d'haltères en caoutchouc ou vinyl.

ref. RE21057



■ ENSEMBLE X-RACK + HALTÈRES

MARQUE : ESCAPE FITNESS

Haltères rouges, en polyuréthane, design anti-roulement et "easy grip".

Dimensions du meuble 64 x 93 x 134 cm

Poids du meuble seul : 43 Kg

Inclus : X-Rack + 10 paires d'haltères de 1 à 10 Kg.

ref. EPU1000

SPÉCIAL ENTRAÎNEMENT CROSS TRAINING



■ ENSEMBLE RACK + DISQUES & BARRES OLYMPIQUES

MARQUE : ESCAPE FITNESS

L'ensemble comprend :

- 1 rack
- 6 paires de disques olympiques en polyuréthane (1,25Kg 2,5Kg 5Kg 10Kg 15Kg et 20Kg)
- 1 power bar (220cm - 20Kg)
- 1 junior bar (153cm - 12Kg)
- 2 paires d'attaches rapides
- Dimensions du meuble 126 x 84 x 122 cm
- Poids du meuble seul : 34 Kg

ref. ESCOLYRACK



■ RACK DE RANGEMENT POWERBAG

MARQUE : JORDAN FITNESS

Peut accueillir 5 powerbag.

ref. JTPBR-05



■ RACK DE RANGEMENT KETTLEBELLS

MARQUE : JORDAN FITNESS

Peut accueillir jusqu'à 10 kettlebells.

ref. JTKBR

FORMEZ VOUS !

PLANET FITNESS TRAINING



FORMATIONS PLANET FITNESS TRAINING

Stéphanie Ruiz
+33(0)4 42 91 54 14
stephanie@planet-fitness.fr

Plus d'infos :
www.fitness.fr/fitnesstraining

PERSONAL TRAINING

LE CONSTAT

La fidélisation et le parrainage sont les enjeux majeurs des clubs de fitness parce qu'ils perdent 30 à 60% de leurs clients la première année (étude IHRSA mondiale).

De 10 à 20 clients suffisent pour générer 10 à 30h de coaching par semaine pour un Personal Trainer :

- Parce que les gens ont besoin d'être accompagnés pour rééquilibrer leur hygiène de vie, lutter contre le cancer, le diabète et les risques de maladies cardio-vasculaires.
- Parce que de plus en plus de personnes désirent s'entraîner à domicile.
- Parce que tous les sportifs ont besoin de nouvelles techniques ludiques et efficaces.

LES FAITS

Les clients suivis en personal training sont 4 fois plus fidèles à long terme: 31% restent au bout de 5 ans contre 7% s'ils ne sont pas suivis en Personal Training (étude IDEA 2011) et génèrent 2 fois plus de parrainages et d'achats annexes (nutrition, esthétique etc...).

Dans un marché du fitness de plus en plus concurrentiel, le personal training est un centre de profit qui peut générer 5 à 15% de chiffre d'affaires supplémentaire, ou tout simplement amortir la masse salariale consacrée à la programmation et le suivi de vos clients, la base de votre service.

C'est la raison principale pour laquelle vos clients se sont inscrits chez vous...



MANAGEMENT & BUSINESS

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, commerciaux fitness, coaches ou entraîneurs sportifs, managers de clubs de fitness.

Objectifs :

- Comment lancer et organiser le personal training dans un club, en indépendant et à domicile ?
- Systématiser les procédures pour remplir les agendas des coaches et générer plus de revenus, tout en apportant un meilleur suivi aux clients grâce à plus de motivation, de technique et d'innovation.
- Techniques d'entraînement efficaces sur des séances courtes de 20 à 30 min.

Les plus :

- Un processus d'intégration client unique pour suivre le client du commercial, au prof plateau en bilan, jusqu'au personal trainer dans un club.
- Technique de promotion marketing avec outils dernière génération (profil de coach en ligne, téléchargement d'Ebook etc...).
- Promotion marketing ciblée selon cibles potentielles de votre zone de chalandise.
- Stratégie pour attirer de nouveaux clients grâce au Personal Training, en club, à domicile.

ref. PTMB



TECHNIQUE

Durée : 3 jours.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, commerciaux fitness, coaches ou entraîneurs sportifs, éducateurs sportifs.

Objectifs :

- Devenir un personal trainer de classe mondiale.
- Structurer des séances originales.
- Notion de service "luxe".
- Fidéliser vos clients.
- Remplir votre carnet de rendez-vous.

Les plus :

- Une séance d'essai clé en main "Booster" pour faire mouche à chaque fois.
- Un positionnement "santé" avec une prise en charge, un plan d'action physique, mais aussi anti-stress et un rééquilibrage alimentaire.
- Un procédé unique d'actions à faire systématiquement tout au long d'une séance de coaching pour être sûr de satisfaire le client et garantir des résultats.
- Apprendre à programmer des séances en fonction de la génétique du client et de son profil psychologique.

ref. PTT



COMMERCIALE

Durée : 2 jours.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, commerciaux fitness, coaches ou entraîneurs sportifs, éducateurs sportifs, managers de clubs de fitness.

Objectifs :

- Devenir un personal trainer qui vend "au bon prix", et non "à tout prix".
- Vendre plus cher avec des engagements plus longs.
- Découvrir les techniques de vente en 5 étapes gagnantes.

Les plus :

- Savoir présenter des solutions adaptées au budget de votre client.
- Développer des solutions et stratégies marketing pour attirer de nouveaux clients et donner envie à vos adhérents actuels, de consommer vos services.
- Compris dans la formation : Manuel de vente, certificat.
- Vendre facilement des packages clé en main.

ref. PTC

SPÉCIAL ENTRAÎNEMENT FONCTIONNEL



■ MEDICINE BALLS

MARQUE : REEBOK

- RE21121 - 1kg
- RE21122 - 2kg
- RE21123 - 3kg
- RE21124 - 4kg
- RE21125 - 5kg

■ MEDICINE BALLS

MARQUE : JORDAN FITNESS

- JTG MED-01 - 1kg
- JTG MED-02 - 2kg
- JTG MED-03 - 3kg
- JTG MED-04 - 4kg
- JTG MED-05 - 5kg



■ MEDICINE BALLS DOUBLE GRIP

MARQUE : REEBOK

Avec doubles poignées.

- RE21126H - 6kg
- RE21127H - 7kg
- RE21128H - 8kg
- RE21129H - 9kg
- RE21130H - 10kg





■ MEDICINE BALLS DOUBLE GRIP

MARQUE : JORDAN FITNESS

Avec double poignée. Revêtement en caoutchouc, parfait pour le fonctional training.

- JTGMEDDG-06 - 6kg
- JTGMEDDG-07 - 7kg
- JTGMEDDG-08 - 8kg
- JTGMEDDG-09 - 9kg
- JTGMEDDG-10 - 10kg



■ TORNADO BALLS JORDAN FITNESS

MARQUE : JORDAN FITNESS

Corde traversante. Extraordinaire pour travailler le centre du corps. Fantastique pour explosivité.

- JTTB-02 - 2kg
- JTTB-04 - 4kg





■ RACK DE RANGEMENT

MARQUE : JORDAN FITNESS

Peut accueillir jusqu'à 5 medicine balls ou medicine balls double grip.

Hauteur 160cm / Largeur 28cm / Profondeur 36cm
Poids seul 6 Kg

ref. JTMBSN-05



■ RACK DE RANGEMENT

MARQUE : REEBOK

Peut accueillir jusqu'à 5 medicine balls ou medicine balls double grip REEBOK.

Hauteur 145cm / Largeur 41cm / Profondeur 62cm

ref. ESC21132



■ COREBOARD

MARQUE : REEBOK

Plateau instable, réactif et multidimensionnel de 40 x 70 cm pour l'entraînement fonctionnel, le personal training et la préparation physique.

RE21160 - avec plateau bleu

RE20160 - avec plateau gris

8 anneaux de rangement
pour medicine ball



■ REBOUNDER

MARQUE : JORDAN FITNESS

Idéal pour les exercices ludiques et interactifs, réflexe
sangle abdominale, jeux.

Avec réglage ajustable de l'angle
Hauteur 80cm / Longueur 101cm / Largeur 128cm
Diamètre du trampoline : 97cm

ref. JTMBR





■ BOSU

MARQUE : JORDAN FITNESS

Le Bosu est idéal pour des exercices basés sur l'équilibre et la stabilité du centre du corps. Il peut être intégré à tout type de cours collectifs ainsi qu'aux entraînements en Personal Training.

Charge maximale : 136kg.

Dimensions : 673 x 635 x 254 mm

Poids : 7,7 Kg

ref. JLBOSU



■ GYMBALL

MARQUE : JORDAN FITNESS

Idéal pour renforcer les abdos, le dos et les lombaires, tout en améliorant équilibre, posture et proprioception. Excellent pour la rééducation et la gym douce/suédoise.

- Surface anti-dérapante
- Système innovant de poids pour empêcher le ballon de rouler
- PVC résistant anti-crevaison

● JTCFB55 - Diamètre 55 cm

● JTCFB65 - Diamètre 65 cm

● JTCFB75 - Diamètre 75 cm



■ NATTE

MARQUE : LES MILLS

- Traitée anti-transpiration, anti-bactéries et anti-odeur
- Complètement "waterproof"
- Avec œillets de rangement
- Surface anti-dérapante
- Largeur : 60 cm
- Epaisseur : 0,7 cm
- Fabriquée en Europe

● MBV04 - Dimensions 100 x 60 x 0,7cm

● MBV14 - Dimensions 140 x 60 x 0,7cm



■ GYMBALL

MARQUE : REEBOK

Surface anti-dérapante, PVC résistant anti-crevaison, Système innovant de poids pour empêcher le ballon de rouler. Grand numéro et Code couleur.

- RE21015 - Diamètre 55 cm
- RE21016 - Diamètre 65 cm
- RE21017 - Diamètre 75 cm



■ RACK DE RANGEMENT

MARQUE : JORDAN FITNESS

Rack de rangement vertical pour 3 gymballs.
Dimensions : 153 x 76,5 x 76,5 cm.
Couleur : argent.

ref. JTJSR-3



■ ANNEAU DE RANGEMENT GYMBALL

MARQUE : REEBOK

Vendu à l'unité.

ref. RE21018



■ PORTE NATTES

MARQUE : LES MILLS

Peut accueillir jusqu'à 20 nattes Les Mills fixation murale (vis non fournies).

ref. MBV06

SPÉCIAL ENTRAÎNEMENT BOXING



■ PAIRE DE GANTS DE BOXE REEBOK

MARQUE : REEBOK

- Revêtement en cuir
- Légers
- Rembourrage épais pour plus d'amortissement
- Fermeture velcro pour un bon maintien du poignet
- Rembourrage doux au niveau des paumes
- Aération au niveau des paumes pour plus de confort lors des entraînements
- Vendu par paire

- **RE21410** - 350gr - conseillé pour les hommes
- **RE21426** - 235gr - conseillé pour les femmes

■ PAIRE DE PATTES D'OURS INCURVEES

MARQUE : JORDAN FITNESS

- Revêtement en cuir
- Idéal pour le sparing ou personal training
- Taille unique
- Support poignet
- Mousse épaisse pour une meilleure protection et absorption des chocs

ref. JLBOX-CFM

■ PAIRE DE BANDES DE COMBAT

MARQUE : LES MILLS

Paire de bandes de maintien à enrouler autour de la main et du poignet. Longueur 2 mètres.
Fermeture par scratch au poignet.
Composition : 100% lycra.

- **BCBANDAGE/TU** - noir
- **BCBANDAGE_V/TU** - vert
- **BCBANDAGE_O/TU** - orange
- **BCBANDAGE_FU/TU** - fushia
- **BCBANDAGE_J/TU** - jaune
- **BCBANDAGE_B/TU** - blanc
- **BCBANDAGE_R/TU** - rouge



■ PAIRE DE PATTES D'OURS INCURVEES

MARQUE : REEBOK

- Cuir
- Rembourrage absorbeur de choc

ref. RE21416



■ BOUCLIER DE FRAPPE INCURVÉ

MARQUE : REEBOK

- Cuir
 - Vendu à l'unité
 - Idéal pour les kicks "forts" en prépa physique et sportive
 - PVC renforcé
- Dimensions : Hauteur 59cm / Largeur 43cm / Epaisseur 12cm.

ref. RE21415



■ PAO

MARQUE : REEBOK

- Cuir
 - Vendu à l'unité
 - PVC renforcé
 - Idéal pour le sparing, personal training, bodyboxe
- Dimensions : Hauteur 59cm / Largeur 43cm / Epaisseur 12cm.

ref. RE21413



■ PAO

MARQUE : JORDAN FITNESS

- Cuir
 - Vendu à l'unité
 - PVC
 - Double velcro
 - Léger et très absorbant
- Dimension : Hauteur 40cm / Largeur 21cm / Epaisseur 10cm.

ref. JLBOX-TP





■ HAIE AJUSTABLE REEBOK

MARQUE : REEBOK

2 hauteurs réglables : 15 et 30cm.
Simplicité, un seul élément, PVC ultra résistant.

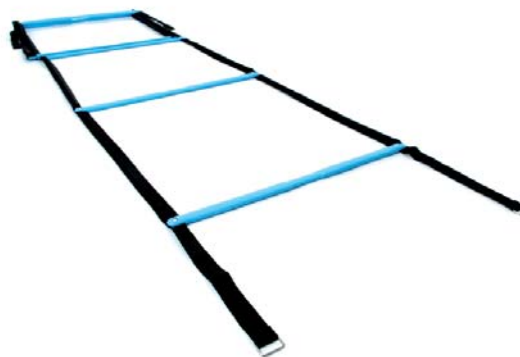
ref. RE21209



■ 6 ANNEAUX D'APPUI

MARQUE : REEBOK

ref. RE21203



■ ECHELLE DE VITESSE REEBOK

MARQUE : REEBOK

Largeur : 51 cm
Longueur : 314 cm

ref. RE21202



■ OBSTACLE SOUPLE REEBOK

MARQUE : REEBOK

Longueur : 60cm / Hauteur : 31cm / Largeur : 20cm

- Mousse douce, sans aucun risque
- Outil d'entraînement excellent pour travail d'agilité, vitesse, levée de genou
- Pour toute préparation sportive et rééducation

ref. RE21205



■ 6 CÔNES HAUTS

MARQUE : REEBOK

ref. RE21208



■ REACTION BALL REEBOK

MARQUE : REEBOK

diamètre 74mm

ref. RE21201

SPÉCIAL ENTRAÎNEMENT
SPEED TRAINING





■ 12 PLOTS DE VITESSE REEBOK

MARQUE : REEBOK

ref. RE21204



■ LATERAL SPEED RESISTOR

MARQUE : REEBOK

Élastique de renforcement des adducteurs et des appuis lors des déplacements latéraux en sport collectif.

ref. RE21207



■ CORDE A SAUTER

MARQUE : REEBOK

- Longueur ajustable
- Corde en nylon

ref. RE21081





■ ELASTIQUE DE RESISTANCE

MARQUE : REEBOK

- 2 élastiques de 2,4m (extension max. 7,3m).
- Ceinture réglable jusqu'à 101cm de tour de taille.
- A ne pas attacher sur un point fixe.

ref. RE21210



■ CORDES ONDULATOIRES

MARQUE : JORDAN FITNESS

La Corde Jordan a été spécialement conçue pour apporter de l'originalité, du dynamisme et du challenge aux entraînements fitness.

Cet outil d'entraînement original permet d'améliorer la condition cardiovasculaire, la force au niveau des épaules et convient également parfaitement lors des séances de rééducation.

Avantages : Corde non effilochée pour une prise en main agréable, collier en métal + boucle à chaque extrémité de la corde, 10m de longueur.

- JTTR-25 - diam. 25mm - 4 Kg
- JTTR-44 - diam. 44mm - 12 Kg



■ PARACHUTE DE RESISTANCE

MARQUE : REEBOK

- Idéal pour la résistance en vitesse, gain d'explosivité, résistance d'endurance.
- Créer une résistance de 12 Kg de freinage

ref. RE21206

FORMEZ VOUS !

PLANET FITNESS TRAINING

**FITNESS
BOOTCAMP**
CORP.

BODYBOXE

**FORMATIONS
PLANET FITNESS TRAINING**

Stéphanie Ruiz
+33(0)4 42 91 54 14
stephanie@planet-fitness.fr

Plus d'infos :
www.fitness.fr/fitnesstraining





TEAM & CIRCUIT TRAINING

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, éducateurs sportifs, managers de clubs de fitness.

Objectifs :

- Un nouveau marché dans le fitness : le personal training en petit groupe/team training.
- Mettre en place un service payant plus abordable se situant entre le personal training et les cours collectifs.
- Créer des liens sociaux entre adhérents et vendre du personal training aux budgets les plus modestes.
- Créer un nouveau centre de profit.

Les plus :

- Exploiter des programmes à l'intérieur ou à l'extérieur.
- Développer les clefs d'enseignement, entre cours collectifs et personal training, l'expérience magique en petit groupe.
- Organisation et business, lancement, marketing.
- Développer des solutions et stratégies marketing pour attirer de nouveaux clients.
- Compris dans la formation : Manuel + circuit training clé en main, catalogue équipements.

ref. TEAM



BODYBOXE

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, éducateurs sportifs.

Objectifs :

- Dynamiser les ventes de personal training avec une expérience boxe (en toute sécurité) pour ravir vos clients afin qu'ils reviennent séance après séance et recommandent ce type d'entraînement à leurs amis.
- Développer vos compétences en technique, coaching, et sécurité propres au "sparing partner" en boxe.
- Fournir une approche de vente adaptée aux séances de boxe.
- Fournir des solutions marketing pour attirer de nouveaux clients et donner envie à vos clients de consommer ce genre de programme.

Les plus :

- Des contenus évolutifs, clefs en main pour 26 sessions avec vos clients, sans se poser la question "qu'est-ce que j'ai fait la dernière fois, et aujourd'hui que faire ?"
- Attirer de nouveaux clients et donner envie de s'entraîner différemment.
- Compris dans la formation : Manuel instructeur, spécimen de carnet de suivi 12 semaines, Flyer.

ref. BODYBOXE



FITNESS BOOTCAMP

Durée : 1 jour.

Pour qui ?

Personal trainers, instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, coachs ou entraîneurs sportifs, éducateurs sportifs, animateurs de clubs de vacances.

Objectifs :

- Attirer une nouvelle clientèle, celle qui disait auparavant "jamais je n'irai dans un club de sport".
- Vivre une expérience en pleine nature !
- Créer de véritables "équipes" parmi vos clients où ils trouveront des valeurs de camaraderie, de solidarité, et de dépassement de soi, comme dans l'armée.
- Comment se glisser dans la peau du sergent-chef, tout en restant cool pour vos clients ?

Les plus :

- Découvrez un marketing clef en main, qui crée le buzz et remplit vos bootcamps.
- Comment transformer vos "bootcampers d'été" en client toute l'année ?
- Aussi disponible : ligne de vêtements paramilitaires "Fitness Bootcamp".
- Compris dans la formation : Manuel instructeur, avec 8 sessions de contenus.

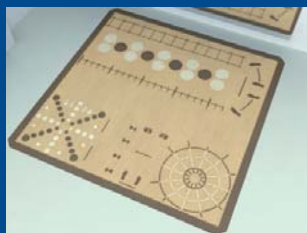
ref. BOOTCAMP

48



Functional Zone est un nouveau concept exclusif à la zone d'entraînement fonctionnel, qui accompagne l'utilisateur dans la correcte execution d'une infinité d'exercices et est ainsi source de créativité et de distraction à chaque séance d'entraînement.

Un espace attrayant, ludique et rentable qui vous permettra de différencier votre club !





vêtements
pour tous vos
entraînements

VETEMENTS
CHAUSSURES
ACCESSOIRES



Découvrir notre collection sur :
www.planet-fitness.fr



vibram fivefingers®

50



KIT DE BODYPUMP™

Le BODYPUMP™ est le cours de renforcement musculaire ayant le plus de succès sur la planète, car il est présent dans plus de 80 pays et plus de 14 000 clubs sur la planète.

Son efficacité n'est plus à démontrer, et son slogan à fait ses preuves :
" le moyen le plus rapide au monde pour être en forme ! "

La qualité et la maniabilité des types de disques DON OLIVER et COBRA avec poignées incorporées, apportent plus de fluidité, de sécurité et d'originalité de mouvements donc plus de satisfaction aux participants durant le cours. Les disques de BODYPUMP™ nouvelle génération peuvent même être utilisés dans d'autres cours de renforcement, tels que le CXWORX™, BODYVIVE™, les Abdo-fessiers traditionnels ou Bodysculpt, Pilates et Cross Training.



Plus d'informations :
www.lesmills.com/bodypump



Découvrir notre collection sur :
www.planet-fitness.fr

NEW



LES MILLS BODYPUMP®

■ LES MILLS SMARTBAR™ "COBRA"

Le kit LES MILLS COBRA est le seul au monde sans attaches grâce à son système auto-bloquant révolutionnaire. Un mécanisme intégré innovant pour plus de fluidité dans les mouvements et spécialement adapté au BODYPUMP™ :

- 1 barre en acier inoxydable (5 Kg)
- Les poids sont de véritables haltères (2x 1 Kg / 2x 2,5 Kg / 2x 5 Kg avec poignées)

ref. MBP01

DESIGNED IN
NEW ZEALAND

Révolutionnaire, plus d'attaches.
Système auto-bloquant !

Changement rapide
des poids

LES MILLS SMARTBAR™ "COBRA"





*Poids en forme d'haltères
avec poignées au centre*



■ PAIRE DE POIDS POUR KIT "COBRA"

- MBP05 - 2 x 1 Kg
- MBP06 - 2 x 2,5 Kg
- MBP07 - 2 x 5 Kg
- MBP08 - 2 x 10 Kg



■ **MEUBLE DE RANGEMENT
POUR 20 KITS "COBRA"**

Peut accueillir :

- 20 kits (barres + poids)
- 20 disques de 10 Kg et 20 disques de 1Kg ou 2,5Kg additionels
- Dimensions : Longueur 240cm / Largeur 57cm
- Surface au sol : 1.278m²

ref. MBP04



■ MEUBLE DE RANGEMENT POUR 10 KITS "COBRA"

Peut accueillir :

- 10 kits (barres + poids)
- 20 disques de 10 Kg et 20 disques de 1Kg ou 2,5Kg additionnels
- Dimensions : Longueur 120cm / Largeur 57cm
- Surface au sol : 0.594m²

ref. MBP03

■ ACCESSOIRES POUR MEUBLE DE RANGEMENT COBRA

MBP03LO - Système antivol pour meuble de 10 kits

MBP04LO - Système antivol pour meuble de 20 kits

MBP04W - Roulette de déplacement (vendue à l'unité)

MBP04BS - Stockage de 10 tubbings (possibilité 2/meuble)



Support pour stocker
10 tubbings !!!

Système antivol
des barres et poids

Roulettes de
déplacement





Don Oliver
Don Oliver

■ **KIT DE BODYPUMP™**

MARQUE : DON OLIVER

- 1 barre en epoxy noire inoxydable
- Dimension 130 cm de long, Diamètre 25,4 mm
- Poids : 2 x 1 kg / 2 x 2,5 kg avec poignées / 2 x 5 kg avec poignées
- 1 paire de colliers de serrage simples et résistants
- Fabriqué en Nouvelle-Zélande

ref. MD01





■ MEUBLE DE RANGEMENT VERTICAL POUR 20 KITS DE BODYPUMP™

MARQUE : DON OLIVER

Dimensions :
Longueur 88cm / Largeur 81cm / Hauteur 185cm.

ref. MD04



■ PAIRE DE POIDS POUR KIT DE BODYPUMP™

MARQUE : DON OLIVER

MD05 - 2 x 1 kg
MD06 - 2 x 2,5 kg avec poignées
MD07 - 2 x 5 kg avec poignées
MD08 - 2 x 10 kg



■ PAIRE DE COLLIERS DE SERRAGE

MARQUE : DON OLIVER

- Faciles et rapides d'utilisation
- Très résistants

ref. MD02



■ TOUR DE RANGEMENT

MARQUE : DON OLIVER

Pour 4 paires de poids de 10 Kg.

ref. MD09



■ EXTENSION DE CAPACITÉ POUR MEUBLE DE RANGEMENT

MARQUE : DON OLIVER

Permet d'augmenter la capacité à 10 kits
supplémentaires grâce à des barres de stockage
de disques additionnels.

ref. MD04E

58





BODY BIKE™ ET AQUABIKE™

Les cours sur vélo stationnaire, terrestre comme aquatique, nécessitent un matériel de qualité afin de garantir une expérience forte en cours collectifs, afin que tout participant puisse suivre grâce à une résistance fluide et facilement modifiable.

Longévité, facilité de rangement, résistance à la corrosion, fluidité et efficacité de pédalage sont les " musts " indispensables à l'achat d'un vélo terrestre ou aquatique.

Les vélos que nous vous proposons, BODYBIKE et DYNAMIKA, sont les plus agréables existant en terme de résistance et de fluidité de pédalage, ce qui en font les plus performants du marché.



Plus d'informations :
www.lesmills.com/rpm



Découvrir notre collection sur :
www.planet-fitness.fr



BODY BIKE™, le vélo indoor qui se rapproche le plus des sensations du vélo de route, tant par son confort que par sa sécurité, sa qualité de pédalage et sa facilité d'utilisation. Aussi agréable à la vue et à l'usage pour l'adhérent, que rentable et rassurant pour le manager. Personnalisable à souhait, le BODY BIKE™ est vraiment le meilleur vélo du Monde.

Comparer : c'est l'adopter...

1. Le seul vélo fabriqué en Europe, au Danemark, BODY BIKE™ ne fabrique que des vélos "indoor" : "Focus Make Genius" !
2. Toutes les soudures sont réalisées par ordinateur grâce à un programme unique conçu pour BODY BIKE™.
3. Entièrement caréné pour éviter la sudation. Roue en acier inoxydable.
4. Système unique d'auto-lubrification.
5. Pédalage souple avec entraînement par courroie.
6. Système de freinage en Kevlar, inusable. Sécurité "PEDALARM".
7. 10 couleurs au choix.
8. Vélo entièrement customisable et personnalisable.
9. Seul vélo agréé par le n°1 Mondial des cours collectifs LES MILLS pour le RPM™.
10. Garantie de 3 à 5 ans selon les parties du vélo.



■ BODY BIKE™ SUPRÊME

- Guidon (Wave) triathlon avec 2 porte-bidons et porte lecteur MP3
- Selle ProSoft
- Pédales renforcées double attaches
- Système de freinage d'urgence intégré
- Accès facile pour maintenance
- Roue : 20 kg
- Poids max. : 150 kg
- 10 coloris au choix
- Poids : 65 kg

- MV024/BLACK - Noir
- MV024/GREY - Gris
- MV024/ORANGE - Orange
- MV024/GREEN - Vert
- MV024/RED - Rouge
- MV024/LIGHTBLUE - Bleu clair
- MV024/PETROL - Bleu pétrole
- MV024/YELLOW - Jaune
- MV024/WHITE - Blanc
- MV024/PURPLE - Violet

QUELLE "COULEUR" ÊTES-VOUS ?



EXCLUSIVITÉ !

LES POINTS FORTS DE BODY BIKE™

Sans lubrifiant et
fait pour durer !



■ BODY BIKE™ CLASSIC

- Guidon triathlon
- Selle ProSoft
- Pédales renforcées double attaches
- Système de freinage d'urgence intégré
- Roue : 20 Kg
- Poids max. : 150 kg
- 8 coloris au choix
- Poids : 65 kg

- MV02/BLACK - Noir
- MV02/GREY - Gris
- MV02/ORANGE - Orange
- MV02/GREEN - Vert
- MV02/RED - Rouge
- MV02/BLUE - Bleu
- MV02/YELLOW - Jaune
- MV02/WHITE - Blanc





■ BODY BIKE™ CONNECT

Caractéristiques et couleurs identiques au BODY BIKE™ SUPREME avec en plus :

- Le système WATT (monté sur console réglable)
- Mesure de la puissance, cadence et fréquence cardiaque
- Test du niveau de puissance
- Zone de contrôle du traitement des données mesurées
- Transfert sécurisé et sans-fil des données ANT+
- Transmetteur digital de fréquence cardiaque BODY BIKE™ avec système de fixation souple et lavable

-  Temps
-  Cadence
-  Fréquence Cardiaque
-  Calories
-  Puissance - Watts
-  Test de Puissance
-  Système Sans Fil ANT+

ref. MV03



■ CALCULATEUR + CAPTEUR SUPPLEMENTAIRE

Compteur spécialement créé pour s'adapter sur les anciens BODY BIKE™

- Mesure de la cadence de pédalage et fréquence cardiaque
- Transmetteur digital de fréquence cardiaque BODY BIKE™ avec système de fixation souple et lavable

Attention fonction WATT mesure et test de niveau de puissance non disponible sur le calculateur supplémentaire.

-  Temps
-  Cadence
-  Fréquence Cardiaque
-  Calories
-  Système Sans Fil ANT+

ref. MV035



■ AQUABIKE DYNAMIKA - HYDRO SLIM VARIANT

Le seul vélo permettant d'ajuster la résistance sans s'arrêter de pédaler.

- 3 niveaux d'intensité indépendants (droite et gauche)
- Certifications qualité : agréments TUV GM médical et paramédical
- Stabilité et équilibre renforcés grâce aux ventouses et au remplissage du châssis en eau
- Ajustement de la résistance très facile
- Structure en acier inox jamais en contact avec le revêtement
- Réglable de 1.1m à 1.7 m de profondeur d'eau.
- Pédales équipées de flaps pour une résistance au pédalage supplémentaire
- Calle-pieds confortables pour pratique pieds nus ou en chaussettes (option calle-pied)
- Selle réglable en hauteur et profondeur
- Guidon réglable en hauteur (profondeur en option)

ref. MV10

64





SYSTÈME AUDIO

L'élément essentiel d'un studio fitness d'aujourd'hui.

Parce qu'en dehors des discothèques, les clubs de fitness et de sport sont les endroits où le son est le plus diffusé, la satisfaction et le confort des clients, et entraîneurs sportifs doivent passer par des équipements sonores de grande qualité.

Si le coaching personnel ou en groupe participe à faire vivre une forte expérience en terme de connexion et de contenu, la diffusion du fond musical et la compréhension des consignes verbales pédagogiques dynamisent l'enseignement, satisfait et fidélise d'avantage.



■ MICRO CASQUE AEROMIC

MARQUE : FITNESS AUDIO

Conçu pour 7 cours/jour, 7j/7.

- Utilisation intensive
- Ultra léger
- Garantie 1 an
- Connectique mini-XLR 4 broches (TA4F)

ref. MZ03



■ MICRO CASQUE CYCLEMIC

MARQUE : FITNESS AUDIO

Conçu pour 7 cours/jour, 7j/7.

- Utilisation intensive
- Ultra léger
- Garantie 1 an
- Connectique mini-XLR 4 broches (TA4F)

ref. MZ04



■ ENSEMBLE AUDIO

MARQUE : FITNESS AUDIO

Nouveaux modèles avec 16 canaux disponibles.
Nouvelles bandes de fréquence.

Comprend :

- 1 mini émetteur et casque Aéromic (solitaires)
- 1 récepteur Fitness Audio
- Accessoires fournis pour permettre le montage sur un rack audio

ref. MZ02



Décrochable : peut se porter dans une pochette de bras !

MICROS



■ MICRO CASQUE E-MIC

MARQUE : FITNESS AUDIO

Conçu pour les cours non-cardios et en milieu humide
 - Utilisation recommandée 20 cours/semaine
 - Connectique mini XLR 4 broches (TA4F)

- ref. MZ06/BLEU
- ref. MZ06/ROUGE



■ RECEPTEUR FITNESS AUDIO

MARQUE : FITNESS AUDIO

16 canaux disponibles. Fonctionne avec les nouveaux modèles d'émetteurs (MZ12).

ref. MZ13



■ MINI EMETTEUR AEROMIC

MARQUE : FITNESS AUDIO

Possibilité de porter le mini émetteur dans un accroche bras ou de le clipser sur le serre-tête du micro. Fonctionne avec les nouveaux récepteurs (MZ13). Disponible également avec CYCLEMIC.

ref. MZ12



■ EMETTEUR FITNESS AUDIO

MARQUE : FITNESS AUDIO

Pour anciens et nouveaux modèles de récepteurs.

ref. MZ08



■ ACCROCHE BRAS MICRO

MARQUE : FITNESS AUDIO

Accroche-bras en néoprène pour mini-emetteur MZ12.

ref. MZ05



■ CEINTURE MICRO LES MILLS

MARQUE : FITNESS AUDIO

Accroche-bras en néoprène pour emetteur MZ08.

ref. MZ07

NEW



Sono idéale pour les salles de fitness :

- Ensemble entièrement racké
- Simple d'utilisation
- Système "plug and play"

 Assemblage et SAV
assurés en France

En option :

Émetteur, récepteur et micro non inclus, possibilité de faire intégrer dès l'assemblage le récepteur Fitness Audio (voir p. 67)

ENSEMBLE AUDIO "FASE"

■ PACK AUDIO FASE 100

MARQUE : FASE

Pour une salle d'environ 100m2 :

- 1 Amplificateur numérique de 300 watts
 - 1 Lecteur CD USB avec pitch et télécommande
 - 1 Table de mixage 2 micros + 2 Auxiliaires
 - 1 Rack 6U (Dimension L 54 x H 34 x P 56, poids 18 kg)
 - 4 Enceintes professionnelles (Dim 28 x 21 x 39 cm Poids 9 kg)
- en ABS noir 110 watts RMS - 2 voies bass-réflex HP Grave : 20 cm Acier

ref. MZ40

■ PACK AUDIO FASE 150

MARQUE : FASE

Pour une salle d'environ 150m2 :

- 1 Amplificateur numérique de 500 watts RMS
 - 1 Lecteur CD USB avec pitch et télécommande
 - 1 Table de mixage 2 micros + 2 Auxiliaires
 - 1 Rack 6U (Dim L 54 x H 34 x P 56, poids 18 kg)
 - 4 Enceintes professionnelles (Dim 33 x 26 x 47 cm Poids 11 kg)
- en ABS 150 watts - 2 voies bass-réflex HP Grave : 25 cm Acier
HP aigus : Dynamique à pavillon 25 mm

ref. MZ41

■ PACK AUDIO FASE 200

MARQUE : FASE

Pour une salle d'environ 200m2 :

- 1 Amplificateur numérique de 500 watts RMS
- 1 Amplificateur numérique de 300 watts retour
- 1 lecteur CD USB avec pitch et télécommande
- 1 table de mixage 2 micros + 2 Auxiliaires
- 1 support + rack 8U (Dim L 54 x H 43 x P 56, poids 18 kg)
- 4 Enceintes professionnelles en ABS 150 watts - 2 Enceintes professionnelles en ABS noir 110 watts RMS

ref. MZ42



■ PIED POUR RACK

Pied pour surélever le rack.

ref. MZ47

■ ACCESSOIRES ENCEINTES

MZ45 - Support mural enceinte

MZ46 - Trépied pour enceinte



ENSEMBLE

Ensemble de base fourni avec tous les packs :

- 1 table de mixage FITNESS AUDIO 2+2 entrées
- 1 lecteur CD avec pitch NUMARK™
- 1 micro-casque AEROMIC ou CYCLEMIC
- 1 émetteur/récepteur FITNESS AUDIO intégré

Accès facile depuis votre vélo grâce
au meuble surélévateur !



■ STUDIO RPM 50M2

Pour une salle de RPM d'environ 50m2 :

Ensemble de base

- + 1 amplificateur ECLER™ de 1000W
- + 4 enceintes ECLER™ (noires ou blanches)
- + 100m de câbles
- + 1 meuble surélévateur

ref. MZ23

■ STUDIO RPM 100M2

Pour une salle de RPM d'environ 100m2 :

Ensemble de base

- + 1 amplificateur ECLER™ de 1400W
- + 6 enceintes ECLER™ (noires ou blanches)
- + 100m de câbles
- + 1 meuble surélévateur

ref. MZ24



■ PACK AUDIO 100

Pour une salle d'environ 100m2 :

Ensemble de base

- + 1 amplificateur ECLER™ de 1000W
- + 4 enceintes ECLER™ (noires ou blanches)
- + 100m de câbles

ref. MZ20

■ PACK AUDIO 150

Pour une salle d'environ 150m2 :

Ensemble de base

- + 1 amplificateur ECLER™ de 1400W
- + 6 enceintes ECLER™ (noires ou blanches)
- + 200m de câbles

ref. MZ21

■ PACK AUDIO 200

Pour une salle d'environ 200m2 :

Ensemble de base

- + 2 amplificateurs ECLER™ de 1000W
- + 8 enceintes ECLER™ (noires ou blanches)
- + 200m de câbles

ref. MZ22



■ SONO MOBILE MIX105

Idéal pour les cours de fitness ou en sono d'appoint.
Peut fonctionner en milieu humide (abords piscine...)

- Haut parleur 100W (RMS)
- Secteur et batterie (autonomie 10h)
- Compatible MP3 et USB
- Émetteur/Récepteur fourni
- Télécommande
- Chariot à roulette
- Assemblage et SAV assurés en France

ref. MZFIT105EM - micro-casque + mini émetteur

ref. MZFIT105AIRLINE - micro-casque + émetteur intégré SAMSON™



Mini émetteur



Émetteur intégré SAMSON™

ACCESSOIRES SONO MOBILE MIX105

■ MINI ÉMETTEUR SEUL



Mini émetteur pour sono MZFIT105EM

ref. EM105

■ MICRO CASQUE + ÉMETTEUR INTÉGRÉ



Fonctionne seulement avec sono MZFIT105AIRLINE

ref. EMAIRLINE

■ ENCEINTE 100W SUPPLEMENTAIRE



10 mètres de câbles inclus

ref. MZFIT105ESC

■ MICRO CASQUE SEUL



Micro casque pour sono MZFIT105EM

ref. KS105



*La solution idéale pour tous
vos entraînements indoor
et outdoor !*

*Sonorisez sans branchement en tout lieu, en tout temps.
Ne craint ni l'humidité ni la pluie !*

*Enfin, un fabricant s'est décidé à perfectionner
la technologie pour écouter de la musique sans fil : depuis
votre lecteur MP3, iPod, PC, chaine hifi ou téléphone
portable, vous pouvez transmettre votre musique sans
fil, jusqu'à 50 mètres de distance.*

*SoundCast reproduit un son stupéfiant, suffisamment
subtil pour un moment zen, et assez puissant pour faire
la fête.*

*Idéal pour la musique d'ambiance, animation piscine,
cours en extérieur, team training en musique.*



■ PACK ÉMETTEUR ICAST ET RÉCEPTEUR OUTCAST 100W

MARQUE : SOUNDCAST

Diffusent un son stéréo omnidirectionnel haute qualité à 360°. Résistant aux intempéries. Commande l'émetteur. Autonomie jusqu'à 8h de fonctionnement sur batterie. Rechargeable sur secteur
Diamètre : 20 cm

Le pack comprend :
Un récepteur OUTCAST
- 4 hauts parleurs
- 1 subwoofer
- 1 ampli numérique de 100W
Un émetteur iCast

ref. MZ33





■ EMETTEUR ICAST

MARQUE : SOUNDCAST

- Station d'accueil pour iPod et iPhone
- Portée sans fil max :
30 m (intérieur),
60 m (extérieur)
- Connectiques pour Hifi, ordinateur ou casque d'écoute.

ref. MZ30



■ PACK EMETTEUR ICAST ET RÉCEPTEUR OUTCAST JUNIOR 50W

MARQUE : SOUNDCAST

Diffusent un son stéréo omnidirectionnel haute qualité à 360°. Résistant aux intempéries. Commande l'émetteur. Autonomie jusqu'à 6h de fonctionnement sur batterie. Rechargeable sur secteur
Diamètre : 16 cm

Le pack comprend :
Un récepteur OUTCAST
- 4 hauts parleurs
- 1 subwoofer
- 1 ampli numérique de 100W
Un émetteur iCast

ref. MZ34



■ RÉCEPTEUR OUTCAST 100W

MARQUE : SOUNDCAST

ref. MZ31



■ RÉCEPTEUR OUTCAST JUNIOR 50W

MARQUE : SOUNDCAST

ref. MZ32



ILS NOUS ONT FAIT CONFIANCE

ACCROSPORT
AQUABOULEVARD
AQUALIGNE
AQUALOFT
ARMÉE DE L'AIR
ASPTT
BUDDHA BAR SPA
BELAMBRA
BTWIN
CERCLES DE LA FORME
CLUB MED GYM
CLUB MED
CRESS SPORT
DOMYOS
ENERGIE FORME
FIT FOR FUN

FITLANE
FITNESS BOUTIQUE
FITSPRO
FOREST'HILL
FORMRIDER
GENAÉ (GROUPE DECATHLON)
GIRONDINS DE BORDEAUX
GO SPORT
GROUPE ACCOR
GROUPE MOVING
HEALTHCITY
HOTEL ROYAL MONCEAU
INSEP
LE TRIANON PALACE
LES THERMES D'EVIAN
LEADERFIT

LIFE STYLE FITNESS
MAEVA
MOVIDA
PIERRE & VACANCES
POMPIERS DE PARIS
RECREA
REEBOK
TOURS VOLLEYBALL CLUB
VALVITAL
VERT MARINE
VIT'HALLES
WATERFORM

ET + DE 3000 CLUBS EN FRANCE,
BENELUX, SUISSE, BASSIN
MÉDITERRANNÉEN...

PLANET FITNESS à votre service depuis 1996



CONTACTEZ NOUS !

FORMATIONS PLANET FITNESS TRAINING

Stéphanie Ruiz
+33 (0)4 42 91 54 14
stephanie@planet-fitness.fr

Plus d'infos :
www.fitness.fr/fitnesstraining

CONTACTS CLUBS SPORTIFS / PRÉPARATEURS PHYSIQUES / COACHS / PERSONAL TRAINERS / HOTELS ...

Assitant commercial
Cédric Guillemin
+33 (0)4 42 91 02 38
cedric@planet-fitness.fr

Directeur des opérations
Bruno Gayraud
+33 (0)6 60 33 76 71
bruno@planet-fitness.fr

Responsable technique
David Hurst
+33 (0)6 69 29 61 38
david@planet-fitness.fr



Tél. : +33 (0)4 42 91 02 80
Fax : +33 (0)4 42 91 02 81
E-mail : equipement@planet-fitness.fr
1 boulevard Charrier, 13090 Aix-en-Provence, France.
Siret 411 531 312 00030 - APE 8551Z

CONTACTS CLUBS DE FITNESS

FRANCE

Stéphane Boisneault
Directeur commercial
et Grands Comptes
+33 (0)6 60 33 76 73
stephane@planet-fitness.fr

Katy Dechaise
Assistante commerciale
+33 (0)4 42 91 54 12
kathy@planet-fitness.fr

Christophe Trabuc
Région Sud-Est
+33 (0)6 63 72 99 83
ctrabuc@planet-fitness.fr

Christophe Barbereau
Région Ouest +
IDF Ouest (78, 91, 92, 95)
+33 (0)6 50 39 42 57
cbarbereau@planet-fitness.fr

Mathieu Genestie
Région Sud-Ouest
+33 (0)6 98 51 13 49
mathieu@planet-fitness.fr

Kevin Naiken
Région Est
+33 (0)6 99 54 82 92
kevin@planet-fitness.fr

Sarah Watson
Région Nord +
IDF Est (75, 77, 93, 94)
+33 (0)6 62 05 09 34
sarah@planet-fitness.fr

Laurent Tallon
Dom-Tom
+33 (0)6 99 08 07 51
laurent@planet-fitness.fr

BELGIQUE - LUXEMBOURG

Sarah Watson
+32 (0)4 74 36 85 66
sarah@planet-fitness.fr

AFRIQUE

Laurent Tallon
+33 (0)6 99 08 07 51
laurent@planet-fitness.fr

SUISSE

Fred Gall
Les Mills Suisse Romande
+41 22 779 10 62
+79 689 41 02
fred@fitspro.org

ITALIE

Monica Baroni
Les Mills Italia
+39 (0)348 96 58 112 (IT)
+33 (0)6 62 94 77 19 (FR)
monica@lesmills.it

DISTRIBUTEUR EXCLUSIF :

Reebok

TRX®



total gym

LES MILLS



fitnessaudio

SOUNDCAST

Planetfitness
studio - équipement - vêtements - training

Tous droits réservés Planet Fitness
© Copyright 2012

